

NOVEMBER - NUMMER 1983

Jaargang 37, nr 3 november 1983

Stencilwerk en verzending:
Wim Jonker

Redactie:
Rita Smit, Lindelaan 16, 1775 GK Middenmeer

Dagelijks bestuur:

Voorzitter	: W. Nauta, Wemmingen 32, Nw. Vennep tel. 02526-75457
Secretaris	: T. Tacx-Willemse, Rhijnvis Feithstraat 34, Amsterdam tel. 020-183094
Penningmeester	: J. Hoekstra, Mient 154, Vijfhuizen tel. 02508-3023 postgironr 573325

VAN DE REDACTIE

Voor u ligt het oktober/november-nummer van het Helios-nieuws, helaas wat later dan u van ons gewend bent. Het eerste nummer ná het door zon overgoten kampeerseizoen 1983.
Van de kant van het bestuur zijn er dit keer geen mededelingen, maar dat wordt in ons volgende nummer weer ruimschoots goedgemaakt.
In dit nummer (blz. 2 t/m 8) mededelingen van de evenementen-commissie en we blikken terug op enkele evenementen in het afgelopen seizoen (over álle evenementen nakaarten zou

wellicht wat saai worden).
Op pagina 9, 10 en 11 vindt u, voor de geïnteresseerden een artikel over duinvorming en het onderhoud van onze duinen; verder op pagina 12 de familieberichten. Op blz. 13 t/m 15 een nieuwe rubriek: "Garnalen". En...
terug van weggeweest onze "helios-weet-uw-weetje"-rubriek "Wist u dat..?"
Zoals gezegd, het volgende Helios-nieuws verschijnt vóór de kerst; ook uw kopy is van harte welkom. Graag inzenden vóór 12 december a.s. aan het redactie-adres.

Wijziging Evenementen Commissie

In het afgelopen seizoen zijn enkele mensen benaderd voor toetreding in de E.C. Binnen deze commissie, die reeds zo'n 4-tal jaren bezig is bestond er behoefte aan nieuwe leden voor eventuele vervanging en inbreng van nieuwe ideeën.
Frits Tacx, één van de medeoprichters van de E.C., heeft te kennen gegeven niet meer beschikbaar te zijn. Hij heeft zich deze jaren bijzonder ingezet voor het aangeven van nieuwe ideeën alsmede het leveren van bruikbaar materiaal voor de diverse evenementen. Frits, voor je inzet en de prettige manier van samenwerken, onze hartelijke dank!

Wij hebben Bert Hoekstra, Fred Hoogveld en Roel Willemse bereid gevonden de E.C. te versterken en vertrouwen erop dat ze met de bestaande groep de juiste eenheid zullen vormen zodat dat positief zal uitwerken in de activiteiten voor de komende jaren.
Opzet van de E.C. is het stimuleren van evenementen als sport en spel, voor zowel groot als klein, waarbij amusement en ontspanning - met een gezonde en vooral sportieve - wedstrijdinzet - het uitgangspunt is en moet blijven.
Heeft u ideeën, maak ze bekend via één onzer leden of per correspondentieadres: J.F. Dreyer, Beveland 116, 2036 GR Haarlem.

namens de E.C.,
Joop Dreyer.

KLAVERJASSEN

Het kaartseizoen 1983 zit er weer op. Ik dacht dat er tot aller tevredenheid is gekaart. Een mooi slot was het dat de laatste dag de beslissing pas viel. De heer Boeser passeerde in een fel gevecht de heer Hoekstra en legde beslag op de eerste prijs. Met een fraai kado en een bekertje pakte hij tevens de pittenprijs bij de heren en mevrouw Roest nam deze bij de dames in ontvangst. Toen alle deelnemers een prijsje hadden uitgezocht, keerde ieder tevreden huiswaarts.
De volgende dag vertegenwoordigden 15 leden Helios bij het KVS-toernooi. Dit goed georganiseerde toernooi verliep voor ons niet zo gunstig. Met een 4e prijs als vereniging bleven wij ver onder de maat. Gelukkig waren er nog enkele

Helios mensen die een persoonlijke prijs in ontvangst konden nemen en zodoende de naam van de vereniging hoog hielden. Daar ook dit toernooi vlekkeloos verliep kon wat het klaverjassen betreft de zaak niet meer stuk.
Seizoen 1983 zit er weer op, namens Jim en ondergetekende willen wij u allen danken voor het sportieve kaarten dit jaar en hopen wij u volgend jaar in goede gezondheid weer te ontmoeten.
Daar ik een paar dagen daarna met een fraai kado werd verrast voor mijn 40-jarig huwelijk, wil ik de klaverjassers mede namens mijn vrouw hartelijk danken en tevens de dank van Jim overbrengen voor de fles drank die hij mocht ontvangen.

J. Roest.

Dammen en Schaken

Maandagavond 1 augustus: Dammen voor de jeugd. Er waren 17 deelnemers(sters) in de leeftijd van 7 tot 14 jaar. Er werd heel sportief maar toch fanatiek gespeeld. Dat was geen wonder, want er viel een mooie 1e prijs te verdienen. Elke deelnemer kreeg limonade en als troostprijs een zak chips.
De uitslag luidde:
(leeftijd 7 tot 11 jaar)
1. Elco Diesbergen
2. Danny Tramper
3. Martine Bussen

(leeftijd 12 tot 14 jaar)
1. Sheila Tramper
2. Dennis de Jager
3. Arjan Kunst

Het schaken was op 2 augustus. Er waren 16 deelnemers(sters) in de leeftijd van 9 tot 16 jaar. Het was heel stil en je kon iedereen horen denken. In ieder geval was het heel spannend.
Bert Jansen en Jaap Tramper hebben de avonden heel rustig en bekwaam geleid. Er waren mooie prijzen te behalen en de kinderen die niet meededen maar wel kwamen kijken hadden achteraf spijt. Volgend jaar wel meedoen hè?
Uitslag schaken:
(leeftijd 9 tot 12 jaar)
1. Maureen Dreyer
2. Elco Diesbergen

(leeftijd 13 tot 16 jaar)
1. Sidney v.d. Brink
2. Arjan Kunst

SPELOCHTEND OP 4 AUGUSTUS

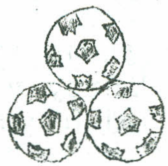
Donderdagochtend, heerlijk weer, kinderspelochtend voor kinderen van 2 tot 8 jaar. De opkomst was groot: peuters van 2 en 3 jaar die dit jaar voor 't eerst meededen en de wat grotere kinderen die al vaker hadden meegedaan. Er waren ook 4 knullen bij van 6 en 7 jaar, die zonder leiding het parcours aflegden en keurig zèlf de stand bijhielden. Goed zo jongens!
Onder de klanken van gezellige muziek, uiteraard verzorgd door onze D.J.'s Rob en Patrick, werd er steeds hard gewerkt. De meisjes die de spelletjes leidden deden dit met veel plezier en hielpen de allerkleinsten bij de moeilijke onderdelen. Meisjes, ik hoop volgend jaar weer op jullie hulp te kunnen rekenen.
Het laatste onderdeel, nummer 8, was geen spelletje, maar pannekoeken eten in de vereni-

gingstent. Deze waren gebakken door 2 heren en 1 meisje. Onbekend talent, dat zie je maar weer. De verzorging was prima. Iedereen die aan het welslagen van deze dag heeft meegewerkt, heel hartelijk bedankt namens mijzelf en alle kinderen.

Netty.

ZAALVOETBAL

een nieuw evenement, aangepast aan de mogelijkheden op het strand.



Rob Jonker kwam met het leuke idee om verschillende teams tegen elkaar te laten voetballen, Het is heel begrijpelijk dat zo'n nieuw evenement op kinderziektes stuit, maar men leert veel van zo'n initiatief. De opzet was een team te formeren dat was samengesteld uit spelers van uiteenlopende leeftijden, dus jong en oud en mensen van middelbare leeftijd. Jammer dat zo'n team wat moeilijk valt te formeren, maar een aantal heeft zich toch redelijk aan de voorwaarden gehouden.
Een goed schema en reglementen werden vastgesteld waarna het toernooi kon beginnen. De openingswedstrijd tussen Beach Boys en de Jägermeisters was aantrekkelijk en een goede reclame voor het toernooi. Hierbij waren vele toeschouwers aanwezig. Dat daarna enkele wedstrijden door té enthousiast spel ontsierd werden, was heel jammer; één wedstrijd moest zelfs worden gestaakt. Dat is zo'n opzet niet waard, ook niet voor onze toeschouwers, waaronder vaak "dagjesmensen".

Maar gelukkig verliepen de meeste wedstrijden
in sportieve sfeer en waren leuk om te zien.
Rob, indien je volgend jaar tijd en ruimte
vindt dit weer te organiseren, dan heel graag
en bedankt voor je initiatief en de uitwerking.
Het was geslaagd.

namens de E.C. en
het team Beach Boys,
J.D.

ATLETIEK 1983

Op de federatieve atletiekdag heeft de
Helios-jeugd weer vele prijzen in de
wacht gesleept. Dit jaar was het Lucy
Tramper die de jeugd begeleidde. In
totaal is Helios met 11 eerste, 10 tweede
en 15 derde prijzen naar huis gegaan. De
verdeling was als volgt:

Verspringen

1e prijs: Maureen Dreyer
Flip Boeree
Lars Bakker
Arjan Kunst

2e prijs: Martine Bussen
Dennis During

3e Prijs: Juliëtte During
Daniëlle Buisman
Cynthia Bruseker
Kitty Lutterlof
Sven Bakker
Mike Hoogveld
Jasper Hoekstra

Hoogspringen

1e prijs: Daniëlle Buisman
Cynthia Bruseker
Patrick Prins

2e prijs: Caroline Prins
Monique Mantel
Sheila Tramper
Donny Jonker

3e prijs: Guido Vermeeren
Frank Koppen
Jurriën Tacx
Norman Tersteege

Hardlopen

1e prijs: Caroline Prins
Donny Jonker
Quido Vermeeren
Arjan Kunst

2e prijs: Juliëtte During
Maureen Dreyer
Sheila Tramper
Lars Bakker

3e prijs: Martine Bussen
Erwin Mars
Raymond Kluit
Dennis During

DE SLOTAVOND,

was wederom, mede dankzij de gastvrijheid van paviljoen Lido met het bedienend personeel en de inbreng van de nieuwe muziekgroep, maar... vooral door de aanwezigheid van u allen, voor ons een geslaagde avond.
Dank aan de gevers van de diverse geschenken zodat de prijzentafel een nog mooiere aanblik kreeg.
Als klapstuk van de avond, het optreden van de "STAR-men-SISTERS", dat door de goede voorbereiding en het schmink- en kleedwerk, zo'n daverend succes werd. Met de hartelijke groeten en tot volgend jaar,

Ruud en Aleida, Anneke en Hans, Henny en Joop.

HET ONDERHOUD VAN DE DUINEN DOOR RIJKSWATERSTAAT

Het begin van de duinvorming heeft plaatsgevonden rond 1200 na Christus. Dat is in de landschapshistorie heel erg jong. Factoren die de uitvoering hebben bepaald zijn:
Zee, klimaat, gesteente vegetatie en reliëf.
Stroming, getijden en golven verzoorzaken veranderingen in de zeebodem voor de kust. Zand wordt naar de kust verplaatst, droogt tussen de hoog- en laagwaterlijn op en gaat stuiven. Het zet zich neer in de luwte van een obstakel: een tak, een dot zeewier, een richel schelpen. De overwegende zeewind tussen ZW en NW bepaalt de hoeveelheid aangevoerd zand, evenals de luchtvochtigheid en de neerslag. Bij een storm, bijvoorbeeld ZW 11, kan $3\frac{1}{2}$ ton zand per uur over 1 meter verplaatst worden; 50 cm verhoging van het duin door één storm is normaal.
Voorwaarde is de gunstige korrelgrootte en -vorm van het zand, terwijl de chemische samenstelling van zand voor de vegetatie van belang is. Het bevat namelijk een geringe hoeveelheid fosfor en stikstof en ten noorden van Bergen is het gesteente bovendien kalkarm.
Met het water en de wind is zaad van biestarwegras en helm aangevoerd en afgezet op het zand. Het ontkiemend biestarwegras vormt op het droge strand een begroeid duintje, vangt weer zand en op een bepaalde hoogte wordt de zoutinvloed zodanig, dat de helm beter gedijt dan biestarwegras en overheerst.
Is de vegetatie en duingroei optimaal, dan ontstaan duinen van soms 50 meter hoogte, zoals in Schoorl. Door storm, vernieling of bewuste verstoring van de duinen ontstaan verstuivingen, dus duinvorming in de breedte en door duinafslag versmalling in de breedte. De duinbreedte in Noord Holland varieert van bijna 5 kilometer bij

Zandvoort en Schoorl tot 150 meter bij Callantsoog. Met de breedte varieert de vegetatie.
De Rijkswaterstaat en de Hoogheemraadschappen Rijnland en Delfland beheren en onderhouden de duinen over een breedte variërend van de hele breedte tot een strook van 70 tot 200 meter. Binnen deze strook ligt de zeereep; de eerste duinenreeks. De reeds genoemde verstuivingen en de stuifgaten in de zeereep worden gestopt door het zetten van rijsscherm, het leggen van takken, het zetten van rietpoten of dennetoppen. Steile taluds of gaten ter grootte van een huis worden eerst gebrest of met een bulldozer dichtgeschoven. Van eind september tot begin april, het weer is bepalend, worden deze plekken beplant met helm.
Om een afgeslagen duinvoet weer aan te vullen en naar voren uit te bouwen, worden riet- en rijsschermen gezet. Dit hangt af van de gewenste hoogte van het vast te leggen stuifzand, de recreatiedruk en het achterliggende gebied, bijvoorbeeld een badplaats of een nat duindal met zeldzame planten. Ter voorkoming van ongewenste betreding en vervuiling wordt in het strandseizoen in de duinvoet afrastering geplaatst en daarachter verbodsborden gezet.
Er wordt bij duinonderhoud veel materiaal gebruikt:
1 miljoen helmpoten,
450 duizend rietpoten,
35 kilometer rietscherm,
3,5 kilometer rijsscherm,
3 ton chloorarme kunstmest,
33 kilometer afrastering.
De kosten van het onderhoud zijn ruim 1 miljoen gulden per jaar.
De Rijkswaterstaat doet ook rekenwerk aan de zeewerende duinen. Dit resulteerde in 1971 in de Superstormvloedlijn 2030, een denkbeeldige lijn, waarachter na een stormvloed als bij-

voorbeeld in 1953 de duinen niet weg zullen slaan.

Uitgangspunten en aannamen hiervoor waren:

1. Eenstormvloed vormt een bepaald stormprofiel.
2. Dit profiel wordt bepaald door de diepte ter plaatse van de buitenste brekerlijn.
   N.B. Deze brekerlijn ligt praktisch 700-800 meter uit de nieuwe duinvoet.
3. De uiteindelijke plaats van het stormprofiel komt zó tot stand, dat de hoeveelheid afgeslagen zand het tekort, landwaarts van de buitenste brekerlijn, opheft.
4. Zandverplaatsing landwaartsten evenwijdig aan de kust wordt buiten beschouwing gelaten.
   N.B. Tien jaar na deze berekening blijkt de landwaartse zandverplaatsing, met name het stuiven, toch een positieve invloed te hebben.
5. Tenzij steiler, rekent men het duintalud op 45°.
6. Ter hoogte van de maximale stormvloedstand wordt de nieuwe duinvoet aangehouden.

getrouwd - getrouwd - getrouwd - getrouwd -

Op 10 augustus j.l zijn
Nico Bakker en Jacoline Hirs getrouwd,

Jan Zijlstra en Nancy Deen
trouwden op 1 september j.l.,

en tenslotte trouwden Jolijt Stol
en Karel van der Reijden op 14 september j.l.

Bruidsparen, namens Helios van harte geluk-
gewenst met jullie huwelijk.

Wij ontvingen het droeve
bericht dat ons ere-id, de heer
H.J. Scheen
op 4 september 1983 is overleden.
Wij wensen mevrouw Scheen sterkte
toe bij dit verlies.

Van
GARNALEN - garnalen - verse garnalen - pikante garnalen - geflambeerde garnalen enz.

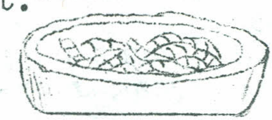
Door onze verenigingsgarnalenspecialist (voorheen makreelvanger, daarvoor aal-rook-specialist) zijn wat handige recepten verzameld; u raadt het al: garnalen recepten.
Nou, wij stonden versteld: wat je allemaal kunt dóen met garnalen, te veel om in 1 Helios-nieuws op te nemen.
We drukken hier een paar recepten af (zelf hebben we ze nog niet uitgeprobeerd, het zeewater is te koud), wij raden u echter aan deze recepten te bewaren. In de volgende nummers van het Helios-nieuws geven wij u nog meer recepten, zodat wij wie weet nog weer eens een leuke wedstrijd kunnen organiseren: Hoe kook ik een garnaal?
Reacties kunt u zenden naar de redaktie, waarna wij ze graag doorsturen naar onze specialist.

Eerst wat algemene informatie over GARNALEN.
"Garnalen zijn kleine schaaldieren. Er zijn meerdere soorten, die verschillen in grootte, kleur en smaak. Aan boord worden ze direct gewassen, op grootte gesorteerd en gekookt. Het pellen gebeurt nog met de hand, wat een tijdrovend karweitje is. Dat is ook te merken aan de prijs, want die ligt behoorlijk hoog. Ongepelde garnalen zijn goedkoper dan gepelde.

Magere vleesvervanger
Garnalen bevatten veel eiwit en kunnen daarom heel goed in plaats van vlees worden gegeten. Ze leveren erg weinig energie: 90 calorieën per 100 gram. Daar kan zelfs de magerste biefstuk niet tegen op.

Gepeld? Dan afspoelen.
Om bederf tegen te gaan is aan gepelde garnalen meestal een conserveermiddel toegevoegd. Daarom is het beter om ze voor gebruik even onder koud stromend water af te spoelen. Bewaar gepelde garnalen liever niet langer dan 2 dagen in de koelkast. Ongepelde garnalen bevatten geen conserveermiddel en zijn niet langer dan 1 dag te bewaren.

Hollandse garnalen: klein maar fijn
Hollandse garnalen worden, zoals de naam al zegt, voor onze kust gevangen. Ze zijn kleiner dan de andere soorten (ongepeld 6 cm) en hebben een bruin-roze kleur. Van alle garnalensoorten hebben ze wel de meeste en fijnste smaak. Jammer genoeg zijn ze ook het duurst."



Dan volgt nu recept nummer 1:

TOMAAT GEVULD MET GARNALEN
Nodig: 1 ei, 150 g gepelde Hollandse garnalen, ½ ui, 5 eetl. zure room, 2 eetl. sherry, ¼ theel. knoflookpoeder, zout, peper, 1 theel. diepvries dille, 4 eetl. doperwten uit blik, 4 stevige grote tomaten, 4 slabladeren.
Voorbereiden: Ei in 10 min. hardkoken. Laten schrikken, pellen en fijnsnipperen. In zeef garnalen onder koud stromend water afspoelen. Laten uitlekken. Ui pellen en fijnsnipperen. In kom sausje roeren van: zure room, ui, sherry, knoflookpoeder, zout, peper en dille. Garnalen en doperwten erdoor scheppen. Tot gebruik afgedekt in koelkast zetten. Tomaten wassen en van bolle kant kapje afsnijden. Met theelepel uithollen. Binnenkant bestrooien met zout en peper. Sla wassen en uitslaan.

Bereiden: Ei door garnalenmengsel scheppen. Hiermee tomaten hoog opvullen. Op 4 bordjes slablad leggen. Tomaat erop zetten.
(plm. 30 min. bereiding, plm. 130 cal. p.p.)

Recept nummer 2:

NASI GORENG MET GARNALEN
nodig: 1 ui, 1 groene paprika, 1 eetl. boter of margarine, 150 g gepelde garnalen, 100 g gebraden kipfilet, 1 blik nasi goreng, 150 g gekookte mosselen, plm. 1 eetl. ketjap.
Bereiden: Ui pellen en snipperen. Paprika wassen, zaadlijsten verwijderen en in reepjes snijden. In braadpan boter verhitten. Ui en paprika plm. 5 min. zachtjes fruiten. Intussen in zeef garnalen onder koud stromend water afspoelen. Kipfilet in reepjes snijden. Nasi goreng aan ui-paprika toevoegen. Onder af en toe omscheppen heet laten worden. Toevoegen: garnalen, kipfilet en mosselen. Door en door heet laten worden. Op smaak brengen met ketjap. Groentetip: komkommersalade.
(plm. 20 min. bereiding, plm. 495 cal. p.p.)

Wist u dat...

. er lang geleden, op 15 maart de laatste jaarvergadering was;
. er 159 kampeerders aanwezig waren;
. K. van der Reyden om 10.27 uur binnenkwam;
. de familie Vermeeren op die dag een dochter heeft gekregen;
. het soms goed raak was in De Raekse;
. mevrouw Bakker een leuke plant heeft gewonnen;
. de evenementencommissie aardig in het koper zat;
. Jan Hoekstra te veel sigaren rookt;
. Thea Tacx het lang niet gek doet achter de microfoon;
. Paul Vaumont met veel overtuiging zijn probleem kan presenteren;
. een ware acteur aan hem verloren is gegaan;
. hij jaren geleden al stenen heeft bijgedragen;
. geen schotten tegen het duinhek mogen worden geplaatst;
. en nu ook iedereen belooft dit niet te doen;
. iedereen gelukkig dit jaar weer heeft kunnen kamperen dankzij ons aller sociaal gedrag;
. Gé Deen zijn steentje zal blijven bijdragen;
. Wieb Nauta het aan het eind van de avond toch nog gezellig had;
. er best een applaus mag klinken voor de mensen die veel werk in hun weinige vrije tijd doen;
. iedereen nu weet dat er voor een toiletbeheerder aparte regels zijn opgesteld;
. het bestuur dit jaar voor 't eerst de laatste regel van art. 4. d. van het Huishoudelijk Reglement heeft toegepast (lees maar na);
. er geen schotten tegen het duinhek mogen worden geplaatst en dat men dat nooit meer zal doen;
. u geen fikkie mag stoken op het strand;
. de E.C.-leden weer erg hun best hebben gedaan en beloofd hebben dit te blijven doen;

...???

